

# Como usar paletó e gravata no verão brasileiro e não se sentir numa sauna

 [vidaeestilo.terra.com.br/homem/comportamento/como-usar-paleta-e-gravata-no-verao-brasileiro-e-nao-se-sentir-numa-sauna,3108c7ca1b137310VgnCLD100000bbcceb0aRCRD.html](http://vidaeestilo.terra.com.br/homem/comportamento/como-usar-paleta-e-gravata-no-verao-brasileiro-e-nao-se-sentir-numa-sauna,3108c7ca1b137310VgnCLD100000bbcceb0aRCRD.html)

Nós, homens, sofremos. Enquanto nossas colegas de trabalho podem ir de saia e camisas sem manga, nós estamos metidos em um paletó, apertados pelo nó da gravata e tudo isso a 40 graus centígrados à sombra. No final do dia, estamos com a aparência menos profissional possível, graças à camisa molhada de suor e à irritação no pescoço causada pelo colarinho. Para fazer sua vida um pouco mais agradável neste verão, perguntamos a duas especialistas, Chiara Galetta, apresentadora do programa Tamanho Único do GNT e Lilian Riskalla, consultora de imagem, como conseguir driblar o calor e manter um ar elegante e profissional, mesmo que seu trabalho seja na rua.

## Mude as cores

Costumes muito escuros definitivamente não combinam com o verão. O ideal é trocar por cores como cinza médio ou azul marinho médio. A moda hoje, aliás, dita o azul bebê como uma opção, mas Lilian alerta que é para pessoas muito descoladas. O mesmo para ternos bege. Não fica bem na maioria dos casos.

## Atente para os tecidos

Tecidos como microfibra ou muito sintéticos vão esquentar muito. Procure tecidos mais leves como o linho (se você morar no Rio de Janeiro ou Nordeste), lã tropical e lã fria.

## Camisas leves

A grande tendência internacional (e até pesa como uma necessidade ecológica) é voltarmos aos tempos de nossos avôs e usar camisas de tecidos mais orgânicos, 100% algodão e evitar aquelas com muito poliéster. Isso, seguramente dá uma segurada no calor e um caimento até mais elegante. É só olhar a etiqueta. Também prefira as cores mais claras.

## Camiseta de algodão branca

Clark Gable acabou com a moda de se usar uma camiseta regata branca debaixo da camisa quando apareceu sem ela no filme *Aconteceu naquela noite*, mas pode ser ótimo truque para isolar o corpo e absorver o suor, evitando as manchas na camisa. Acontece que são mais recomendadas para pessoas com um bom físico e usadas sob camisas brancas, porque nunca devem ficar aparentes. E não esquentam o corpo.

## Alerta vermelho

No escritório você provavelmente vai ficar sem paletó e dobrar a manga da camisa para ficar mais confortável. Se for sair ou se dirigir a alguma reunião mais formal, nunca use as mangas dobradas sob o paletó. Desdobre-as e abotoe as mangas.

E caso tenha alguma ocasião muito formal para atender, vá de costume escuro. Aí, nesses casos, a formalidade e imponência devem estar acima do calor.

Tamanho Único canal GNT toda sexta-feira, às 22h30 Horário alternativo: sábado, às 21h30

Especial para Terra